

好孩子如何养成



让孩子 学会保护自己

韩珊珊 编著

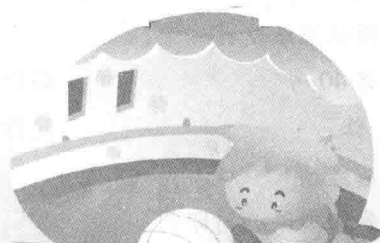


郑州大学出版社

好孩子如何养成



让孩子 学会保护自己



韩珊珊 ● 编著



郑州大学出版社
郑州

图书在版编目(CIP)数据

让孩子学会保护自己/韩珊珊编著. —郑州:郑州
大学出版社, 2014. 1
(好孩子如何养成)
ISBN 978-7-5645-1521-8

I. ①让… II. ①韩… III. ①安全教育-儿童
读物 IV. ①X956.49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 163833 号

郑州大学出版社出版发行

郑州市大学路 40 号

出版人:王 锋

全国新华书店经销

郑州市金汇彩印有限公司印制

开本:710 mm×1 010 mm 1/16

印张:13

字数:190 千字

版次:2014 年 1 月第 1 版

邮政编码:450052

发行部电话:0371-66658405

印次:2014 年 1 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-5645-1521-8 定价:28.00 元

本书如有印装质量问题,请向本社调换

内容简介



我国已经实行了30余年的独生子女政策,大多数家庭中只有一个孩子,父母、祖父母和外祖父母,6个人照顾1个小宝贝,对孩子大都是呵护备至。家长们总是认为,把孩子照顾得无微不至,让他们万事不操心就是爱他们。可是,这种过度照顾往往会养成孩子“有事儿找爸妈”的依赖性,并完全丧失了自我保护意识。试问,这样的孩子连自己都照顾不好,今后又怎能在竞争激烈的社会生存呢?

什么是自我保护能力,又该如何培养孩子的自我保护能力呢?许多家长为此而困惑。本书就是要对广大家长在孩子成长过程中最常遇到的“危险”、意外和最关心的“自我保护”问题进行有理有据、科学详实的论述。书中没有生涩的说教,而是通过生动、典型的案例给出最实用有效的孩子“自我保护能力”培养方法的指导。可以说,本书就是孩子“自我保护能力”培养道路上的一盏指路灯!

序 言



自我保护,孩子安全的第一道防线

在孩子们的眼中,世界是美好的。这个美好的世界中有温暖舒适的家、慈爱的爸爸妈妈、友善的朋友家人,还有色彩缤纷的花草树木和好玩儿的游乐场,自己能生活在这样的世界上,真是幸福快乐啊!

可是,真实的世界并不是孩子眼中的样子;真实的世界并不都如想象中那么美好。所以,父母们经常为如何让孩子了解这个真实的世界而头疼。他们一方面不想让天真纯洁的孩子过早接触社会中不够美好的一面,想让孩子心中充满温暖的爱;另一方面,他们又希望孩子了解有可能对他们造成伤害的事物,从而保护自己不会因无知而受到伤害。陷入两难的父母们常常苦恼地哀叹。到底怎样做,才能破解这个难题呢?

其实,方法很简单。古人说:“授人以鱼,不如授人以渔。”身为父母,应该教会孩子认识生活中存在的危险和伤害,勇敢地去面对它,并掌握正确的自护自救方法。这样,孩子不但能规避很多危险,还能从危险中顺利脱身,进而更加健康、更加强壮地成长。

本书所要讲述的,就是孩子们在生活中经常遇到的一些危险和意外情况,以及相应的应对方法。全书共九章,分别介绍了孩子在日常家庭生活、校园生活、户外活动、出行、突发事件、意外伤害和自然灾害中该如何保护自己的方法。为了使以上实用知识阅读起来不致于枯燥乏味,作者搜集了大量真实的案例,并针对案例提供了简便实用的应对措施,以增加全书的真实性、实用性、指导性。

孩子的童年是美好的,所有父母都不希望自己的孩子童年生活、成长的

过程中充满着各种危险,没有任何一对父母希望自己孩子的成长过程变成一部充满惊险刺激的“历险记”。希望天下父母通过阅读本书,能够教孩子学会如何在各种危险中自我保护,从而健康、顺利地长大成才。

帮助孩子学会自我保护,就是给孩子的安全设置了第一道保护线。这道保护线会帮助孩子远离危害,让孩子的童年生活美好灿烂!

最后,我要在此感谢张璟、王学明、于富荣、刘红梅、林道成、刘子嫣、商芬霞、安雷、于富强、王春霞、于凤莲、王勇强、曹烈英、于国锋、刘玖、刘蕊同志,在他们的热情帮助下,本书才得以尽快完成;另外,本书在写作过程中还参考了大量的教育类书籍和论文,吸收了不少他人的研究成果和观点,由于本书体裁所限,不能一一注明出处,诚对各位作者的劳动表示感谢。

作者

2013年6月

自我保护能力测试一



你的孩子知道什么是“自我保护”吗

孩子是否知道什么是“自我保护”，是否具有“自我保护”意识，要从孩子是否能够认知危险事物、是否能够有意识地对危险事物进行规避、遇到危险时的应变能力的强弱，以及事后处理问题的能力这四个方面进行评判。

具体到自己的孩子，很多父母可能会困惑，该如何作出判断呢？有没有直接可量化的标准作为参考呢？我们一起来看看下面这套测试题吧。

【测试题】

1. 孩子是否非常贪吃爱玩而完全不顾周围环境，即眼中只有吃和玩？

☐是 ☐否

2. 孩子是否只要看见好吃好玩的就执意索要，而不顾一切，并完全不顾及周围场合是否有不安全因素？

☐是 ☐否

3. 陌生人手中拿着食物、玩具送给孩子时，他（她）会接受吗？如果陌生人没有主动给予，他（她）会主动索要吗？

☐是 ☐否

4. 孩子会在收下陌生人的赠予后，答应跟此人走或十分听此人的话吗？

☐是 ☐否

5. 孩子见到桌上放着的打火机、火柴会拿来玩耍吗？

☐是 ☐否

6. 孩子会在摆放易燃易爆物品的场地玩耍，并摆弄那些易燃易爆的物品吗？

☐是 ☐否

7. 过年过节时,孩子会与别的小朋友一起在公共场合燃放鞭炮吗?

☐是 ☐否

8. 点鞭炮时,孩子是否会注意将自己的面部扭向一侧,从而躲避鞭炮的爆炸吗?

☐是 ☐否

9. 如果燃烧物不慎溅落到孩子的眼睛里,孩子会用手拼命揉搓吗?

☐是 ☐否

10. 孩子会对火上烧热的油锅表示好奇,把头伸到油锅上方仔细观察,甚至伸出手摸锅沿吗?

☐是 ☐否

11. 过马路时,孩子会不听劝阻,横穿马路吗?

☐是 ☐否

12. 过马路之前,孩子会不看红绿灯就直接向前冲吗?

☐是 ☐否

13. 孩子会和小伙伴在马路上嬉戏玩耍吗?

☐是 ☐否

14. 孩子独自在家时,有人来敲门,他是直接跑过去把门打开,而不先询问对方是谁呢?

☐是 ☐否

15. 如果有陌生人敲门,并自称邮递员、水电工、维修工上门服务,孩子会不请父母辨认,就盲目相信并开门吗?

☐是 ☐否

上述测试题,“是”为0分,“否”为1分,得分为12分以上者,可以判定为孩子知道何谓“自我保护”,且具有自我保护意识。

自我保护能力测试二



你的孩子知道“在路上”如何保护自己吗

随着经济的发展和人民生活水平的提高,路上的机动车越来越多。孩子在这种车水马龙的街道上独自行走的时候,是否认识红绿灯和斑马线,是否具有基本的交通常识,能否有效保护自己不被机动车伤害,就成了父母们最担心的问题。

下面有关交通安全的测试题,可以判断孩子是否知道如何保护自己,安全地“在路上”。

【测试题】

1. 带孩子上街时,孩子看到车流会挣脱你的手,想跑到近处去观看吗?

☐是 ☐否

2. 你带孩子上超市购物,走在马路上,孩子会在你身边乱窜吗?

☐是 ☐否

3. 孩子看见身旁的人流,会兴致勃勃地钻进人群吗?

☐是 ☐否

4. 在过马路时,孩子会试图挣脱你攥着他的手吗?

☐是 ☐否

5. 孩子在过没有红绿灯的马路时,会不看路况就直接向前冲吗?

☐是 ☐否

6. 过马路时,孩子看到红灯亮了之后,还会不管一切往前冲吗?

☐是 ☐否

7. 交通信号灯的黄灯亮起时,孩子还会继续过马路吗?

☐是 ☐否

8. 孩子过马路时,会不找斑马线,自己乱走吗?

☐是 ☐否

9. 当交通拥挤时,孩子会与其他行人、车辆抢道先行吗?

☐是 ☐否

10. 驾驶汽车载着孩子,遇到堵车或等车时,孩子看到前面的红灯,孩子是否会不安分地在座位上乱动,表示不耐烦,并催促你别等了,快点儿开吗?

☐是 ☐否

11. 孩子坐在行驶的汽车里,在被警告后,是否仍会将头伸出车窗向外张望?

☐是 ☐否

12. 孩子和同伴出去玩时,是否会在马路上一边打斗嬉戏,一边横冲直撞?

☐是 ☐否

13. 孩子会在看到车迎面开来时,仍然拼命往前跑吗?

☐是 ☐否

14. 孩子是否有过试图翻越隔离栅栏过马路的情况?

☐是 ☐否

上述测试题,“是”为0分,“否”为1分,得分为11分以上者,可以判定为孩子知道基本的交通安全知识,并具有“在路上”的自我保护意识。

目 录



第一章 父母是教会孩子自我保护的第一任老师

教会孩子自我保护比保护孩子更重要	2
培养孩子的自我保护意识要从点滴做起	3
要时刻向孩子灌输“自我保护”意识	4
日常生活中注重培养孩子的基本生存能力	6
培养孩子遇事应变的能力	8

第二章 告诉孩子“家”也有危险

不能挂在冰箱门上“荡秋千”	12
远离会“咬人”的高压锅	13
不要在厨房里“探险”	15
不能在窗台、阳台上练习登山	17
窗帘不能当“围巾”	18
不能用手去摸旋转的电扇	20
不穿爸爸妈妈的大“船”鞋	21
不要把手指伸进电源插座	23
雷雨天不要碰电器	25
红红的蚊香头不能碰	26
暖气片不能摸	27
楼梯不是玩蹦蹦跳的好地点	29
小玩具不能放在嘴里	30

叼着棒棒糖不能跑跑跳跳	32
和宠物不能“亲密无间”	33
水、火不是玩具	35
不对电话里的陌生人讲家里的情况	37
陌生人叫门怎么办	39
小偷来了怎么办	40

第三章 “交通安全”自我保护的重要一环

“小自行车”别这儿骑	44
别在汽车附近“躲猫猫”	45
这样“走路”很危险	47
过马路,不能横冲直撞	48
马路上的护栏不能翻	50
别把马路当游戏场	51
不能乱穿铁轨	53
交通信号灯,安全的警示牌	54
必须了解的汽车信号	56
雷雨天的交通安全	58
雪天的交通安全	59
大风天的交通安全	61
乘汽车时的安全	63
乘地铁时的安全	65
乘火车时的安全	66
乘轮船时的安全	68
乘飞机时的安全	70

第四章 校园里自我保护的诸多细节

玩儿“打仗”游戏不能过火	73
玩耍时要扔掉手中的“小棍”	75
别拿着小剪刀挥舞	76

学会分辨什么是“过分惩罚”	78
别把校园当做“探险乐园”	80
不要害怕校园里的“暴力事件”	82
面对“大孩子”的刁难怎么办	83
离这些“坏孩子”远一点	85
别把文具当做角斗武器	87
美术课应注意的安全事项	88
体育课应注意的安全事项	90
别轻信要接你回家的陌生人	92
寄宿制孩子的住宿安全	94

第五章 户外活动中的自我保护

出门玩儿一定要先告知家人	97
玩耍时应远离高压电线	98
有人打架要赶快闪开	100
别到拥挤的人群中去	102
不要和流浪狗玩耍	103
别在建筑工地嬉戏打闹	105
玩到兴奋时别喝冷饮	107
远离城市下水井	109
户外已损坏的游戏器材不能玩	111
攀高爬低当心受伤	112
放风筝要选择合适的场所	114
别把砖头当积木	116
“漂亮”的虫虫不能惹	117
好看的果子、蘑菇有毒	119
大树不是“游乐场”	121
不要在河边玩耍	123
孩子迷路了怎么办	124

第六章 面对来自成人的侵害,要教会孩子自我保护

孩子要明白什么是“性侵害”	128
女孩子要学会保护自己	130
即使是男孩也不可以被乱摸	131
亲亲不能随便玩儿	132
陌生人的食物不能吃	134
自称熟人的陌生人不可信	136
孩子不能沾烟、酒	137
学会分辨网络中的好与坏	139
奇怪的药片、粉末不要碰	141

第七章 “突发事件”中,孩子该如何保护自己

煤气漏气,赶紧关闭开窗	144
水管崩裂时不要慌乱	145
被陌生人挟持要假装配合	146
被困电梯时别惊慌	148
下冰雹时快躲避	149
大暴雨中的自我救护	150
火灾中的自我救护	152
地震中的自我救护	153
火山爆发中的自我救护	154
山洪泥石流中的自我救护	156
海啸中的自我救护	158
沙尘暴中的自我救护	159
龙卷风中的自我救护	161

第八章 教会孩子在“意外伤害”中保护自己

被小动物咬伤、抓伤怎么办	164
虫子爬进耳朵怎么办	165

虫子飞进眼睛怎么办	166
眼睛进入沙粒等异物,千万不要乱揉	168
被鱼刺卡住时怎么办	169
流鼻血时不用怕	170
溺水时千万不要惊慌	171
扭伤的自我保护策略	173
烫伤时的自我保护策略	174
冻伤的自我保护策略	175
怎样预防中暑	177
怎样预防窒息	178

第九章 妙解自我保护中的“疑难杂症”

孩子太有“冒险精神”怎么办	181
孩子什么都怕怎么办	182
孩子随时渴望“登高望远”怎么办	184
孩子自我保护过度怎么办	186
孩子特别喜欢玩火怎么办	187
孩子什么都想尝尝怎么办	189
孩子总欺负其他小朋友怎么办	191

第一章

教会孩子自我保护,父母是第一任老师



教会孩子自我保护比保护孩子更重要

年幼的孩子就像刚刚从壳中孵出的雏鸟,不但对身边的一切充满好奇,而且对危险也毫无防备意识。对身边的各种危险,他们没有预先防范的意识,只有在危险逼近时,孩子意识到要躲闪的时候,往往已经来不及了。预防这种悲剧发生的最好办法,不是父母给孩子全方位的保护,而是让孩子知道什么是“自我保护”。因为只有知道什么是“自我保护”的孩子,才能具备预测危险状况发生的能力,并做好准备,将危险造成的伤害降到最低。

明明和小刚在幼儿园里是一对好朋友。明明的爸爸妈妈因为经常出差,所以把他交给奶奶照看。奶奶把这唯一的孙子当做珍宝,恨不得时时把他捧在手心,替他做好所有的事情,把他护得严严实实。在上幼儿园之前,奶奶将明明保护得很好,但却从来没有过教会他怎样自我保护。小刚则正好相反,他的父母独自在居住的城市打拼,也没有长辈可以经常帮忙照顾孩子。为了保障孩子的安全,小刚的父母在他很小的时候,就逐步教会了他该如何保障自身安全。

一天午睡之后,幼儿园老师带孩子们去附近的公园做游戏。明明、小刚和另一个小朋友妮妮一起玩球时,不小心砸到了一只蜜蜂,蜜蜂马上展开攻击蜇伤了妮妮。妮妮疼得立即大哭了起来。明明被吓坏了,完全不知道该怎么办,也立即跟着大哭了起来,还跑到刚才蜜蜂采蜜的花丛前,乱挥着球使劲哭喊:“坏蜜蜂!坏蜜蜂!打你!叫你咬妮妮!”结果,自己也被受惊吓的蜜蜂蜇伤了,疼得和妮妮一起大哭。

小刚的爸爸曾经教过他,被虫子蜇伤后该如何处理,所以他此时显得比另外两个孩子镇静很多。他首先把还在哭泣叫喊的明明和妮妮拉到远离花丛的地方,防止他们再次被蜜蜂蜇伤;然后大声呼唤老师,同时用他们刚刚喝剩下的冰镇饮料给小明和妮妮进行冰敷,帮助他们减轻疼痛。

在把明明和妮妮送到医院后,老师对随后赶来的家长们表扬了小刚处变不惊、处置有道的行为。

从这件事不难看出,在孩子的生活中,各种突发危险父母无法完全预料到,也不可能帮孩子全部处理掉,因此教会孩子如何保护自己,比保护孩子